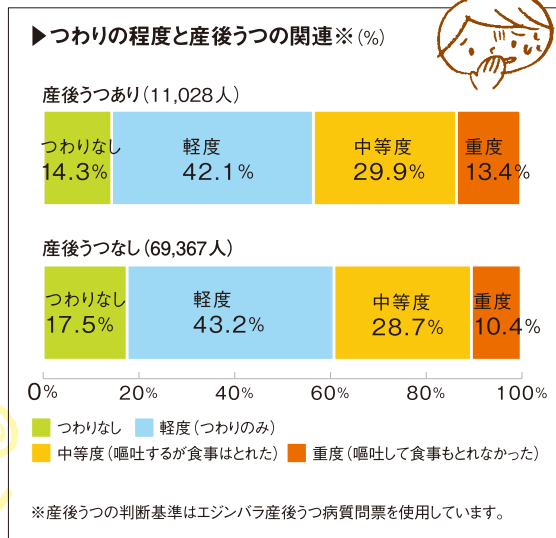


つわりがひどい人は産後うつになりやすい？

産後1カ月までのお母さん80,395人を対象に、**つわりと産後うつ**の関連について調査しました。産後うつの可能性があったお母さんは全体の14% (11,028人) でした。そのうちつわりの程度は、軽度が42.1% (4,640人)、中等度が29.9% (3,295人)、重度が13.4% (1,481人) でした。本研究では、つわりが産後うつと関連する可能性が示唆されました。また、**つわりの重症度が増すにつれて、産後うつとの関連が強まる**ことが示唆されました。



「妊娠悪阻と産後うつの関係」より

主に妊娠初期に8割の妊婦さんが体験する「つわり」ですが、その程度や期間は様々で、吐き続けてしまい入院が必要な場合もあれば妊娠中期以降も続く場合もあります。ほとんどの妊婦さんが治療をすることなく乗り切ることができませんが、検診の際には主治医や助産師にその症状を伝えるようにしてください。近年、「産後うつ」について研究が進む中で、つわりとの関係も注目されています。お母さんの心の健康は生まれてきたお子さんの健康にも影響を与えるため、パートナーや周りの方は妊娠中からの温かいサポートを、また妊婦さんは「つわりはあって当たり前だから」と我慢せず、気軽に医療機関へ相談するようにしてください。



ムチャंगा シファ 先生
国立国際医療研究センター
産婦人科専門 医学博士
高知大学医学部 短期研究員

「コンゴ民主共和国出身。現在3児の母。
高知大学医学部で博士号を取得。」

※高知県は、お母さんの産後ケアを充実させることを目的として、2020年10月1日以降に出産した女性を対象に産後2週間と1カ月の産婦健診を無償化しました。詳しくは市町村の母子保健担当窓口などにお問い合わせください。